

SKRIPSI

**HUBUNGAN POSTUR KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA PADA
PEKERJA MEBEL DI DESA SERENAN JUWIRING KLATEN**



Skripsi Ini Disusun Guna Memenuhi Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Ijazah
S1 Kesehatan Masyarakat

Disusun Oleh :

LINDA PRASTIKA
J410150050

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2019**

ABSTRAK

LINDA PRASTIKA. J410150050

HUBUNGAN POSTUR KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA MEBEL DI DESA SERENAN JUWIRING KLATEN

XIV+63+17

Desa Serenan merupakan desa yang secara garis besar perekonomiannya bertumpu pada usaha sektor informal yang ditunjak dengan banyaknya industri mebel skala rumah tangga. Pekerja mebel bekerja dalam postur kerja yang tidak ergonomis seperti duduk atau jongkok, berdiri dan membungkuk. Postur kerja yang tidak ergonomis salah satu pemicu terjadinya kelelahan kerja. Kelelahan kerja adalah suatu mekanisme perlindungan tubuh agar tubuh terhindar dari kerusakan lebih lanjut sehingga terjadi pemulihan setelah istirahat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan postur kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja mebel di Desa Serenan Juwiring Klaten. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif observasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pekerja industri mebel rumah tangga di Desa Serenan sebanyak 295 pekerja. Sampel minimal dalam penelitian ini sebanyak 141 pekerja. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah *quota sampling*. Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan cara wawancara, observasi dan pengukuran pada responden, sedangkan analisis data menggunakan *Rank Spearman* dengan taraf kepercayaan 95%. Hasil penelitian dengan uji statistik *Rank Spearman* diperoleh nilai p (sig) sebesar $0,000 < 0,05$ dengan nilai r sebesar 0,466 yang artinya ada hubungan. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan postur kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja mebel di Desa Serenan Juwiring Klaten dengan kekuatan hubungan sedang. Saran yang dapat diberikan untuk pekerja adalah dengan melakukan peregangan otot selama 5 menit sebelum memulai pekerjaan, merubah posisi tubuh secara berkala dan istirahat setelah 2 jam melakukan pekerjaan dengan melakukan peregangan ± 3 menit.

Kata kunci : Postur kerja, Kelelahan kerja, Pekerja mebel

Kepustakaan : 29, 1992 – 2018

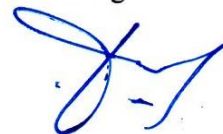
Surakarta, 24 Mei 2019

Kaprodi Kesehatan Masyarakat



Sri Darnoto, SKM., MPH
NIK. 1015

Pembimbing



Sri Darnoto, SKM., MPH
NIK.1015

Linda Prastika . J410150050

**POSTURE RELATIONSHIP WITH LOSS OF WORK IN FURNITURE WORKERS
IN SERENAN JUWIRING KLATEN VILLAGE**

ABSTRACT

Serenan Village is a village whose economy is largely based on informal sector businesses which are designated by the large number of household-scale furniture industries. Furniture workers work in non-ergonomic work postures such as sitting or squatting, standing and bending. Non-ergonomic work posture is one of the triggers for work fatigue. Work fatigue is a mechanism for protecting the body so that the body can avoid further damage resulting in recovery after rest. The purpose of this study was to determine the relationship between work posture and work fatigue in furniture workers in the village of Serenan Juwiring Klaten. The type of research used is quantitative observational using a cross sectional approach. The population in this study were 295 workers in the household furniture industry in Serenan Village. The minimum sample in this study was 141 workers. The technique used in sampling is quota sampling. Data collection in this study was conducted by interviewing, observing and measuring respondents, while data analysis using Rank Spearman with a confidence level of 95%. The results of the study with the Spearman Rank statistical test obtained a value of p (sig) of 0,000 <0,05 with a value of 0,466 which means there is a relationship. From the results of the study it can be concluded that there is a relationship between work posture and work fatigue in furniture workers in the village of Serenan Juwiring Klaten with the strength of the medium relationship. The advice that can be given to workers is to stretch the muscles for 5 minutes before starting work, change the body position regularly and take a break after 2 hours of doing work by doing a stretch of ± 3 minutes.

Keywords: Work posture, Fatigue work, Furniture worker

SKRIPSI
HUBUNGAN POSTUR KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA PADA
PEKERJA MEBEL DI DESA SERENAN JUWIRING KLATEN

Skripsi ini Disusun Guna Memenuhi Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Ijazah
S1 Kesehatan Masyarakat

Disusun Oleh :

LINDA PRASTIKA
J410150050

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2019

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan Judul :

**HUBUNGAN POSTUR KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA
PADA PEKERJA MEBEL DI DESA SERENAN JUWIRING KLATEN**

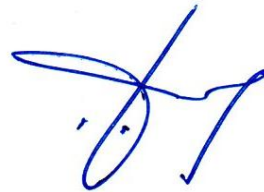
Disusun oleh : Linda Prastika

NIM : J410150050

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Kesehatan
Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Surakarta, Mei 2019

Pembimbing



Sri Darnoto, SKM., MPH

NIK. 1015

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul :

HUBUNGAN POSTUR KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA MEBEL DI DESA SERENAN JUWIRING KLATEN

Disusun Oleh : Linda Prastika

NIM : J410150050

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah surakarta pada tanggal 24 Mei 2019 dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan Tim Penguji.

Surakarta, 24 Mei 2019

Ketua Penguji : Sri Darnoto, SKM., MPH

(.....)

Anggota Penguji I : Dwi Astuti, SKM., M.Kes

(.....)

Anggota Penguji II : Rezania Asyfiradayati, SKM., MPH

(.....)

Mengesahkan,

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta



Dr. Mutalazimah, M.Kes

NIK. 786

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penelitian maupun yang belum/tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, Mei 2019



Linda Prastika

BIODATA

Nama : Linda Prastika
Tempat/Tanggal Lahir : Klaten, 22 November 1996
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
E-mail : lindaprastika0906@gmail.com
Alamat : Kepoh Gede RT 003/004 Sidomulyo, Delanggu,
Klaten
Riwayat Pendidikan :
1. TK ‘Aisyiyah Bustanul Athfal (2000-2002)
2. SD Negeri 1 Sidomulyo (2002 – 2008)
3. SMP Negeri 1 Delanggu (2008 – 2011)
4. SMA Negeri 1 Kartasura (2011 – 2014)
5. Menempuh pendidikan di Program Studi
Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta sejak
Tahun 2015

KATA PENGANTAR

Assamu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga kami dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“HUBUNGAN POSTUR KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA MEBEL DI DESA SERENAN JUWIRING KLATEN”**. Laporan skripsi ini disusun guna memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh Ijazah S1 kesehatan masyarakat Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini kami ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Bapak Sri Darnoto, SKM., M.PH, selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta serta pembimbing yang telah memberikan pengarahan dan masukan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
3. Segenap Dosen selaku Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
4. Pekerja mebel desa Serenan yang telah membantu dalam penelitian ini.
5. Keluarga penulis yaitu orang tua (Bapak Achmad Musalim dan Ibu Sumarni) serta Mas irwan yang telah memberikan segala doa dan dukungan kepada penulis.
6. Ardian Enggartiasto Prabowo yang selalu menyemangati penulis dalam mengerjakan skripsi.
7. Rekan seperjuangan (Sofia, Arita, Agustin dan Waita) dalam penyusunan skripsi.

8. Keluarga besar Universitas Muhammadiyah Surakarta, khususnya teman-teman seperjuangan kami di Program Studi Kesehatan Masyarakat angkatan 2015, atas semua dukungan, semangat, serta kerja samanya.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Surakarta, Mei 2019

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK	
<i>ABSTRACT</i>	
HALAMAN SAMPUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	v
BIODATA.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Ergonomi.....	7
B. Postur Kerja.....	7
C. Penilaian Risiko Postur Kerja	9
D. Kelelahan Kerja.....	21
E. Tinjauan Hubungan Postur Kerja dengan Kelelahan Kerja	29
F. Kerangka Teori.....	31
G. Kerangka Konsep	32
H. Hipotesis.....	32

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian	33
B. Waktu dan Lokasi Penelitian	33
C. Populasi dan Sampel	33
D. Variabel dan Definisi Operasional Variabel	36
E. Pengumpulan Data	37
F. Pengolahan Data.....	42
G. Analisis Data	43

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	45
B. Gambaran Umum Pekerjaan Produksi	46
C. Analisis Univariat.....	48
D. Analisis Bivariat.....	51

BAB V PEMBAHASAN

Hubungan Postur Kerja dengan Kelelahan Kerja.....	53
---	----

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	62
B. Saran.....	62

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Skor Awal untuk Group A	17
2. Skor Awal untuk Group B.....	17
3. Skor untuk Pembebanan atau <i>Force</i>	18
4. Skoring untuk Jenis Pegangan Kontainer	18
5. Skor C terhadap Skor A dan Skor B	19
6. Skoring untuk Jenis Aktivitas Otot	19
7. Standar Kinerja Berdasarkan Skor Akhir.....	20
8. Klasifikasi Tingkat dan Kategori Kelelahan Subyektif Berdasarkan Total Skor Individu	29
9. Pengukuran Tingkat Kekuatan Korelasi (r)	44
10. Data usia responden dalam tahun.....	48
11. Data jenis kelamin responden	49
12. Data masa kerja responden dalam tahun.....	49
13. Data postur kerja responden dalam skor	50
14. Data kelelahan kerja responden dalam skor	51
15. Hasil tabulasi silang antara postur kerja dengan kelelahan kerja.....	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Ilustrasi Posisi Badan dan Skoring.....	11
2. Ilustrasi Posisi Badan yang dapat Mengubah Skor	11
3. Ilustrasi Posisi Leher dan Skoring.....	12
4. Ilustrasi Posisi Leher yang dapat Mengubah Skor	12
5. Ilustrasi Posisi Kaki dan Skoring	13
6. Ilustrasi Posisi Kaki yang dapat Mengubah Skor	13
7. Ilustrasi Posisi Lengan dan Skoring	14
8. Ilustrasi Posisi Lengan yang dapat Mengubah Skor	15
9. Ilustrasi Posisi dan Kisaran Sudut Lengan Bawah dan Skoring	15
10. Ilustrasi Posisi dan Kisaran Sudut Pergelangan Tangan dan Skoring.....	16
11. Ilustrasi Posisi Pergelangan Tangan yang dapat Mengubah Skor	16
12. Arus Proses Penilaian dengan Metode REBA	20
13. Kerangka Teori.....	31
14. Kerangka Konsep	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Lembar Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden Penelitian
2. Lembar Kuesioner Penelitian
3. Hasil Uji Statistik Penelitian
4. Surat Permohonan Ijin Penelitian
5. Pengukuran Postur Kerja dengan Metode REBA
6. Dokumentasi Penelitian

DAFTAR SINGKATAN

BMR	: <i>Basal Metabolisme Rate</i>
IFRC	: <i>Industrial Fatigue Research Committee</i>
OWAS	: <i>Ovako Working Analysis System</i>
REBA	: <i>Rapid Entire Body Assessment</i>
RULA	: <i>The Rapid Upper Limb Assessment</i>